


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Управление образования города Ростова-на-Дону
МБОУ «Школа № 75»

РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей географии, биологии,
химии

 Дьяченко Е.Ю.

Протокол № 1
от «27» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "Школа № 75"
Куркина Г.А.

Приказ № 382
от «31» августа 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ЕСТЕСТВЕННО - НАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
(химико-биологическое направление)

«Новый ракурс. Тайны человеческого организма»

для 4-6 классов начального и основного общего образования
на 2024-2025 учебный год

ПОЯНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа «Новый ракурс. Тайны человеческого организма.» реализуется с использованием оборудования детского технопарка «Школьный кванториум», приобретённого в рамках федерального проекта «Современная школа» национального проекта «Образование».

Актуальность программы «Новый ракурс. Тайны человеческого организма» заключается в том, что она способствует формированию у учащихся стойкого интереса к познанию самих себя и своего места в окружающем мире. Познание человеком самого себя является неотъемлемой составляющей формирования зрелой личности, способной быть полезной себе и обществу. Программа, кроме ознакомительного изучения анатомии и физиологии человека, рассматривает вопросы психологического здоровья и преодоления стресса.

Программа «Новый ракурс. Тайны человеческого организма» рассчитана на 68 занятий с учащимися 4-6-х классов. За основу взят учебник Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев «Твое здоровье. Укрепление организма» Издательство «Акцидент» Санкт-Петербург 2006.г.

Изучение данной программы даёт возможность учащимся познать собственный организм, вооружиться необходимыми современными санитарно-гигиеническими навыками, способствует формированию познавательного отношения к формированию, охране, укреплению и развитию физического, психического и социального здоровья, помогает подготовиться к осмысленному выбору профессии. Кроме того, данная программа содержит богатый материал для формирования целостного научного мировоззрения, нравственного воспитания школьников.

Цель программы: формирование у учащихся правильного отношения к здоровому образу жизни и своему здоровью, формирование культуры здоровья, профилактика вредных привычек и болезненных пристрастий, знакомство с основами валеологии, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи программы:

- Углубить и расширить знания учащихся о причинах нарушения здоровья.
- Ознакомить учащихся с факторами, сохраняющими здоровье, закрепление санитарно-гигиенических норм и правил направленные на укрепление своего здоровья, формирование умений применять эти правила в своей жизни и передавать накопленные знания другим.
- Научить детей основам правильного и рационального питания
- Формировать адекватное поведение, направленное на выздоровление в случае болезни, особенно хронической
- Воспитывать интерес к получению знаний о человеке как явлении природы
- Развивать умения сравнивать, анализировать, обобщать и делать выводы и умозаключения.

Новизна данной программы определяется взаимосвязью практических и теоретических элементов творчества и саморазвития. Дети не только изучают материал по анатомии и физиологии, осуществляют практические и лабораторные работы, но, что самое главное, формируют через самопознание, свое место в природном сообществе, необходимо – ценностный потенциал личности и целеполагание образования в своей собственной жизненной траектории.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Введение. (1 ч)

Валеология- наука о здоровье. Понятие здоровья в разных интерпретациях. Из чего складывается здоровье. Что необходимо делать, чтобы человек был здоров.

Тест « Цените ли вы свое здоровье»

Тема 1. Сохранение здоровья (20 часов)

Факторы, сохраняющие здоровье: отказ от вредных привычек, правильное питание, режим дня, личная гигиена, двигательная активность, закаливание организма. Витамины, их многообразие и значение. Биологические ритмы и их влияние на здоровье. Здоровый образ жизни - образ жизни человека, его поведения, мышления, привычек, которые обеспечивают определённый уровень здоровья. Основные составляющие ЗОЖ. Право человека на здоровье.

Тест « Влияние образа жизни на состояние здоровья»

Тест «Биологические ритмы»

Практическая работа «Составление своего режима дня и его анализ»,

Практическая работа «Составить меню на несколько дней»

Тема 2. Причины нарушения здоровья (10 ч)

Окружающая среда и здоровье человека. Причины, нарушающие здоровье. Курение, его влияние на организм человека. Мифы об алкоголе, его воздействие на организм. Компьютер, шум, их влияние на здоровье человека. Стрессы, конфликты.

Практическая работа «Уровень стресса»

Тема 3. Личная гигиена (8 часа)

Что такое гигиена. Какое влияние гигиена оказывает на состояние здоровья. Возрастные особенности кожи. Уход за кожей, кожей своего лица. Волосы и ногти. Зубы, заболевание зубов, меры профилактики заболеваний зубов.

Практическая работа «Определение типа кожи лица»

Тема 4. Наши болезни (29 часов)

Что такое болезнь? Признаки болезни. Нарушение органов зрения: близорукость, дальновидность, порезы, царапины, ссадины и первая помощь при них. Профилактика болезней опорно-двигательной системы. Осанка. Различные искривления позвоночника. Переломы и вывихи, оказание первой помощи. Болезни, передающиеся воздушным путем: ОРЗ, грипп, туберкулез. Ожоги, отмораживание и первая помощь. Инфекционные заболевания. Что нужно знать о лекарствах. Как защититься от насекомых и ядовитые растения.

Практическая работа «Измерение правильной осанки. Комплекс упражнений».

Практическая работа «Гимнастика зрения».

Практическая работа «Определение плоскостопия».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа обеспечивает достижение учениками личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

- Постепенно выстраивать собственное целостное мировоззрение: осознавать современное многообразие типов мировоззрения, общественных, религиозных, атеистических, культурных традиций, которые определяют разные объяснения происходящего в мире; с учетом этого многообразия постепенно вырабатывать свои собственные ответы на основные жизненные вопросы, которые ставит личный жизненный опыт; учиться признавать противоречивость и незавершенность своих взглядов на мир, возможность их изменения.
- Учиться самостоятельно выбирать стиль поведения, привычки, обеспечивающие безопасный образ жизни и сохранение здоровья – своего, а так же близких людей и окружающих.
- Учиться самостоятельно противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые угрожают безопасности и здоровью.
- Выбирать поступки, нацеленные на сохранение и бережное отношение к природе, особенно живой, избегая противоположных поступков, постепенно учась и осваивая стратегию рационального природопользования.
- Учиться убеждать других людей в необходимости овладения стратегией рационального природопользования.
- Использовать экологическое мышление для выбора стратегии собственного поведения в качестве одной из ценностных установок.
- Средством развития личностных результатов служит учебный материал, и прежде всего продуктивные задания учебника, нацеленные на умение оценивать.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Самостоятельно обнаруживать и формулировать проблему в классной и индивидуальной учебной деятельности.
- Выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения цели.

- Составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта).
- Подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель.
- Работая по предложенному и самостоятельно составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, сложные приборы, компьютер).
- Планировать свою индивидуальную образовательную траекторию.
- Работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства (в том числе и Интернет).
- Свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся критериев, различая результат и способы действий.
- В ходе представления проекта давать оценку его результатам.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать понятия:
 - давать определение понятиям на основе изученного на различных предметах учебного материала;
 - осуществлять логическую операцию установления родо-видовых отношений;
 - обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от понятия с меньшим объемом к понятию с большим объемом.
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать модели с выделением существенных характеристик объекта, преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область.
- Представлять информацию в виде конспектов, таблиц, схем, графиков.
- Преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать удобную для себя форму фиксации и представления информации. Представлять информацию в оптимальной форме в зависимости от адресата.
- Понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории. Для этого самостоятельно использовать различные виды чтения (изучающее, просмотровое, ознакомительное, поисковое), приемы слушания.
- Самому создавать источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.
- Уметь использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент для достижения своих целей. Уметь выбирать адекватные задаче инструментальные программно-аппаратные средства и сервисы.

Коммуникативные УУД:

- Отстаивая свою точку зрения, приводить аргументы, подтверждая их фактами.
- В дискуссии уметь выдвинуть контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен).
- Учиться критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его.
- Понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории.
- Уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

Предметные результаты обучения:

- объяснять некоторые наблюдаемые процессы, проходящие в собственном организме;
- объяснять, почему физический труд и спорт благотворно влияют на организм;
- выделять основные функции организма и объяснять их роль в его жизнедеятельности; влияние окружающей среды на функции организма;
- характеризовать, как кровеносная, нервная и эндокринная системы органов выполняют координирующую функцию в организме; влияние экологических факторов на работу этих систем;
- объяснять, какова роль опорно-двигательной системы в обеспечении функций передвижения и поддержания функций других систем органов;
- объяснять, как человек узнает о том, что происходит в окружающем мире, и какую роль в этом играет высшая нервная деятельность и органы чувств;

- объяснять важнейшие психические функции человека, чтобы понимать себя и окружающих (соотношение физиологических и психологических основ в природе человека и т.п.);
- называть основные правила здорового образа жизни, факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье; влияние окружающей среды на здоровье человека;
- понимать, к каким последствиям приводит нарушение важнейших функций организма (нарушение обмена веществ, координации функций);
- выявлять причины нарушения осанки и развития плоскостопия;
- оказывать первую помощь при травмах;
- применять свои знания для составления режима дня, труда и отдыха, правил рационального питания, поведения, гигиены;
- называть симптомы некоторых распространенных болезней.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ уро ка	Тема урока	Количество часов	Практические работы
1	Валеология- наука о здоровье	1	Тест «Цените ли вы свое здоровье»
2	Факторы, влияющие на здоровье.	2	
3	Здоровый образ жизни	2	Тест «Влияние образа жизни на состояние здоровья»
4	Режим питания. Значение питания. Пищевые продукты.	2	Практическая работа «Составление меню на несколько дней»
5	Роль витаминов	2	
6	Пищевые отравления. Первая помощь при отравлениях	2	
7	Роль физических упражнений для здоровья	2	
8	Утренняя зарядка. Комплекс утренней гимнастики	2	Комплекс упражнений утренней гимнастики
9	Режим дня. Составление режима дня. Биологические ритмы	2	Тест «Биологические ритмы» Практическая работа "Составление своего режима дня и его анализ",
10	Закаливание	2	
11	Здоровый сон-залог здоровья	2	
12	Окружающая среда и здоровье человека	2	
13	Курение, мифы или реальность	2	
14	Алкоголь - социальное зло	2	
15	Компьютер, сотовые телефоны, шум и их влияние на здоровье	2	
16	Стресс, его проявление.	2	Практическая работа «Уровень стресса»
17	Возрастные особенности кожи. Уход за кожей	2	
18	Кожа лица	2	Практическая работа «Определение типа кожи лица»
19	Волосы и ногти	2	
20	Зубы. заболевания зубов. Меры профилактики	2	

21	Болезнь. признаки болезни	2	
22	Нарушение органов зрения. Близорукость, дальнозоркость	2	Практическая работа «Гимнастика зрения»
23	Порезы, ссадины, царапины и способы оказания первой помощи	2	
24	Профилактика болезней опорно- двигательной системы	2	Практическая работа «Определение плоскостопия»
25	Осанка. Различные искривления осанки	2	Практическая работа «Измерение правильной осанки. Комплекс упражнений»
26	Переломы, вывихи, оказание первой помощи	2	
27	Ожоги, обмороживания и первая помощи при них	2	
28	Болезни, предающиеся воздушным путем: ОРЗ, грипп, туберкулез	2	
29	Инфекционные заболевания	2	
30	Кишечные инфекции	2	
31	Инфекции кожных покровов	2	
32	Кровяные инфекции	2	
33	Ядовитые растения	2	
34	Лекарства.	1	
35	Подведение итогов	1	
	Итого:	68	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Цифровая лаборатория «Физиология» (комплект датчиков).
2. Цифровая лаборатория «Химия» (комплект датчиков).
3. Персональный компьютер.
4. Комплект посуды и принадлежностей для проведения лабораторных работ.
5. Комплект лабораторного оборудования демонстрационный «Мое тело, мое здоровье».
6. Функциональная модель «Человеческий глаз».

